



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

پنومونی کودکان

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **پنومونی در کودکان** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ تغذیه و تغذیه

- ✓ در صورت مشکل بلع یا تهوع و استفراغ و یا دیسترس تنفسی شدید، موقتاً تغذیه از راه دهان قطع و تا بهبودی علائم مایعات وریدی جایگزین آن می‌شود.
- ✓ پس از شروع رژیم توسط پزشک به کودک اجازه دهید که رژیم غذایی در حد تحمل و مورد علاقه خود را داشته باشد.
- ✓ پس از شروع رژیم به کودک مایعات فراوان دهید تا ترشحات رقیق شود.

❖ فعالیت

- ✓ تا هنگام فروکش کردن تب، استراحت در بستر ضروری است. پس از آن فعالیت‌های طبیعی را می‌تواند به تدریج از سرگیرد.
- ✓ انجام فعالیت‌ها متناسب با سطح تحمل و سن کودک باشد به طوری که با استراحت کودک تداخل ننماید.

❖ مراقبت

- ✓ بررسی‌های تشخیصی ممکن است شامل کشت خلط، آزمایش‌های خون و عکس ساده قفسه سینه باشد.
- ✓ در صورت دیسترس تنفسی، اکسیژن درمانی لازم است.
- ✓ برای اینکه کودک یک پوزیشن راحت‌تر داشته باشد سر تخت را بالا ببرید. انجام فیزیوتراپی قفسه سینه در حد تحمل برای کودک انجام می‌شود.
- ✓ تغییر پوزیشن دوره‌ای کودک برای بهبود ترشح برونش و بهبود اتساع و تهویه تمام نواحی ریه باید انجام شود، از یک طرف به طرف دیگر و از جلو به عقب، در صورت لزوم از ساکشن استفاده شود.
- ✓ کودک را تشویق به تخلیه خلط کنید.
- ✓ با استفاده از یک دستگاه مرطوب کننده هوا با بخار و بخور گرم رطوبت کافی را برای تنفس راحت‌تر کودک را فراهم کنید.
- ✓ جهت تخفیف درد سینه می‌توان از یک بالشک ساده یا کمپرس گرم بر روی قفسه سینه استفاده کنید.
- ✓ محیطی آرام برای کودک فراهم آوردید.
- ✓ رعایت بهداشت فردی مانند شست و شوی مرتب دست و صورت و اجتناب از تماس با افراد مبتلا به عفونت‌های تنفسی، بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی است.

❖ داروها

- ✓ اکسیژن درمانی، طبق دستور پزشک توسط پرستار تجویز می‌شود. از قطع خودسرانه آن اجتناب نمایید.
- ✓ آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت و گشاد کننده نایژه نیز ممکن است کمک کننده باشد، طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار به شما داده می‌شود.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

پنومونی کودکان

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از غذاهای پرکالری و پرپروتئین در حجم کم و وعده‌های زیاد مصرف کنید.
- ✓ در صورت نداشتن محدودیت مصرف مایعات، حداقل ۸ یا ۱۰ لیوان در روز بنوشید.

❖ فعالیت

- ✓ استراحت نسبی داشته باشید و از فعالیت بیش از حد که ممکن است نشانه‌های بیماری (تنگی نفس، سرفه شدید، افزایش تعداد نبض و ...) را تشدید نماید اجتناب نمایید.

❖ مراقبت

- ✓ برای بهبود وضعیت تنفسی خود، دم آهسته همراه با بازدم طولانی در وضعیت خم شده به جلو و با لب‌های غنچه‌ای انجام دهید.
- ✓ در وضعیت نیمه نشسته یا نشسته قرار بگیرید تا راحت‌تر نفس بکشید. (بسته به راحت بودن بیمار)
- ✓ به طور مکرر در تخت تغییر وضعیت دهید و در جهت سرفه و تنفس عمیق تلاش کنید.
- ✓ برای پاک کردن راه هوایی، آرام و به صورت کنترل شده سرفه کنید.
- ✓ از افزایش فعالیت‌هایی که باعث تشدید علائم (تنگی نفس و ...) می‌شود، پرهیز کرده و استراحت نمایید.
- ✓ در صورت نداشتن محدودیت مصرف مایعات، جهت رقیق شدن ترشحات مصرف مایعات را به ۸-۱۰ لیوان آب در روز افزایش دهید.
- ✓ بهداشت فردی (شستن دست، مسواک زدن و ...) را جهت جلوگیری از عفونت‌های ناشی از عملکرد ضعیف سیستم ایمنی رعایت کنید.
- ✓ در فیزیوتراپی قفسه سینه همکاری لازم با تیم مراقبتی داشته باشید.
- ✓ در صورت داشتن تنگی نفس به پزشک اطلاع دهید.

❖ دارو

- ✓ داروهای آنتی بیوتیک (جهت از بین بردن عفونت‌ها)، گشاد کننده ریه‌ها (جهت برطرف شدن تنگی نفس)، کورتیکواستروئیدها (از بین بردن التهاب) و سرم (از بین بردن کم آبی و تزریق داروها) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان‌های تعیین شده توسط پرستار به شما داده می‌شود.